

餐
飲
衛
生
安
全
知
識
新
編

叶金水 编著



福建人民出版社

餐
飲
衛
生
安
全
知
識
新
編

劉
明
照



叶金水 编著



福建人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

餐饮卫生安全知识新编/叶金水编著. —福州: 福建人民出版社, 2007.4
ISBN 978 - 7 - 211 - 05402 - 2

I. 餐… II. 叶… III. 饮食卫生—基本知识 IV. R155

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 052403 号

餐饮卫生安全知识手册新编

CANYIN WEISHENG ANQUAN ZHISHI SHOUCHE XINBIAN

编 著: 叶金水

责任编辑: 林小影

出版发行: 福建人民出版社

网 址: <http://www.fjpph.com>

地 址: 福州市东水路 76 号

印 刷: 福州诚信达彩印有限公司

地 址: 福州市北二环东路 15 号红星工业区 13 座

邮政编码: 350013

开 本: 787 × 1092 1/24

印 张: 4.5

版 次: 2007 年 4 月第 1 版

印 次: 2007 年 4 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 6000 册

书 号: ISBN 978 - 7 - 211 - 05402 - 2

定 价: 24.00 元

电 话: 0591 - 87533169(发行部)

电子邮箱: 211@fjpph.com

邮政编码: 350001

本书如有印装质量问题, 影响阅读, 请直接向承印厂调换
版权所有, 翻印必究

序

民以食为天，食以安为先。近年来，食品安全成为人们关注的热点。食品要是出了问题，势必对人民群众的身体健康、经济的发展和社会的稳定带来威胁。餐饮卫生安全是食品安全的重要组成部分，是食品安全链中，下链的入口消费环节，因此餐饮卫生安全显得尤为重要。

近年因饮食卫生安全知识缺乏和食物中毒防范意识薄弱而引起的食物中毒事故屡有发生。叶金水同志结合食品卫生监管工作的实践，收集相关资料，进行归类 and 整理，以知识碎片并辅以图片的形式，分《概述编》、《防范编》、《误区编》、《技巧编》、《营养编》、《救治编》，编著了《餐饮卫生安全知识新编》一书，为餐饮从业人员和居家人们提供了一份通俗的餐饮卫生安全相关知识。该书特点在于：它避开理论性、专业性的陈述，注重通俗性、可读性、休闲性和趣味性，让酒店从业人员和居家

人们随手可翻，随时可看。既可作为餐饮卫生知识培训辅助材料，也可作为居家人们提供一套饮食卫生安全的自我防范技巧，以有效地帮助人们提高饮食卫生安全的自我防范能力，在实际应用中，会给我们的餐饮带来诸多的益处。

餐饮卫生安全是一项系统工程，卫生监督员的监督管理固然重要，更重要的是人们提高自我防范的能力和从业人员的自律。让我们共同努力，控制餐饮卫生的不安全隐患，积极创造餐饮卫生安全的满意环境，保障人民群众的健康安全。

福建省疾病预防控制中心主任

严廷生博士

2005年10月13日

餐飲衛生安全知識新編是一本
好書是直接關係到人民健康
的大事 应当為之鼓與呼

劉明照



方立年
九月廿日



治肝病 **3** 大新主张
打破免疫耐受，治疗有效
抑制病毒复制，清除病毒
重组肝功能各项指标，提高治愈率

肝

HBV

劳累

损肝药

酒精

8 大领先技术科学阻断病毒治肝病

保肝护肝一夫当关

家门口的上海专家医院

武夷山市第二医院治疗肝病 **8** 大检测治疗新技术

1. 中西医结合规范抗病毒疗法
2. 抗病毒联合疗法
3. 抗病毒序贯疗法
4. 防癌四项检测
5. 国家高新技术“863”工程乙肝病毒前S1抗原测定
6. BS-224自动生化分析技术
7. 病毒性肝炎血清标志物定性快速检测技术
8. 肝纤维四项进口试剂检测技术

- ☑ 食欲不振、恶心、呕吐
- ☑ 腹胀、腹水、腹泻等
- ☑ 四肢乏力、精神倦怠、两膝酸软
- ☑ 右季肋区隐痛、胀痛、刺痛感

值得注意的是：肝炎，早期不一定都有症状，因此早期的诊断常常需要依靠实验室的检验。故提倡无症状阶段的肝炎应早检查、早发现、早治疗。

诊疗范围 各型急、慢性病毒性肝炎、酒精性肝炎、脂肪性肝炎、自身免疫性肝炎、早期肝硬化等



武夷山市第二医院
SECOND HOSPITAL IN WUYI MOUNTAIN



健康热线
0599-5306666

水是生命之源

健康饮食,从安全用水开始.....



武夷山市夷泉给排水安装公司

地址:环岛西路中段 电话:0599-5106124

书香山庄 温馨酒店



香馨大酒店



中国·武夷山国家旅游度假区

总台：0599-5231689

机：0599-5231688

销售部：0599-5231686

传 真：0599-5231666

第二届中国武夷山旅游节暨第九届武夷国际旅洽会指定专用酒

千年柳永

还看今朝



柳永

柳永
岸晓風殘月

柳永解百纳干红葡萄酒

荣誉出品：武夷山市柳永旅游生态观光园有限公司

地址：福建省武夷山市二轻工业总会

电话：0599-5310555 13358445139

目录



一、概述编

- 2 “QS” 标志
- 3 无公害食品
- 4 绿色食品
- 5 有机食品
- 6 食品安全监管机制
- 7 食物中毒与食源性疾患
- 8 食品的“腐败变质”与“霉变”
- 9 食品卫生监督量化分级管理
- 10 餐饮卫生安全

二、防范编

- 12 造成食物中毒的五种情况

- 13 能导致食源性疾病的12项危险因素
- 14 防范食源性疾病的十大提示
- 15 把好食品采购关
- 16 保证加工场所卫生
- 17 完善加工场所布局
- 18 做好餐饮具清洗与消毒
- 19 定期对从业人员进行健康检查
- 20 “四步法”去除蔬菜农残
- 21 几种鱼的毒素清除
- 22 死鳙鱼不能吃
- 23 死甲鱼不能吃
- 24 小心几种常见发霉变质食物
- 25 小心海产食品中毒



- 26 小心腌菜
- 27 剩饭保存不隔餐
- 28 蔬菜汁久置会中毒
- 29 细菌性食物中毒预防关键点
- 30 常见化学性食物中毒预防措施
- 31 旅游餐饮安全自我防范
- 32 旅游途中防“水中毒”

三、误区编

- 34 有虫眼的蔬菜没有农药吗？
- 35 新鲜蔬菜就没有隐患了吗？
- 36 食物贮存在冰箱内就安全了吗？
- 37 食物煮沸就完全杀菌了吗？

- 38 冷饮、冷食就是安全的吗？
- 39 细菌怕盐，咸鱼肉就无隐患了吗？
- 40 食物没有变味就是没坏吗？
- 41 小心过白的面粉、馒头、面条
- 42 慎食光鲜亮丽的水果
- 43 银耳雪白就好吗？
- 44 蛙肉可口，捕食无妨吗？
- 45 禽畜肉用爆炒好吗？
- 46 用塑料容器加热食品安全吗？

四、技巧编

- 48 怎样识别注水猪肉
- 49 怎样识别注水牛肉



- 50 怎样识别灌水家禽
- 51 怎样识别病猪肉
- 52 怎样识别病死畜肉
- 53 怎样识别死禽肉
- 54 怎样识别毒死鱼
- 55 怎样识别被污染的鱼
- 56 拒绝毒蘑菇
- 57 几种引起身体不适或中毒的食物忌配（一）
- 58 几种引起身体不适或中毒的食物忌配（二）
- 59 几种引起身体不适或中毒的食物忌配（三）
- 60 几种引起身体不适或中毒的食物忌配（四）

五、营养编

- 62 健康饮食八大法则
- 63 洪昭光教授教你合理膳食“十个字”
- 64 吃米带点糠，老小都健康
- 65 常吃豆腐，控制肉食
- 66 早上吃片姜，赛过参茸汤
- 67 萝卜青菜，各有所爱
- 68 苦瓜是佳肴
- 69 茄子相伴，健康相随
- 70 大众人参——胡萝卜
- 71 抗癌明星——西红柿



- 72 常吃黄瓜利健康
- 73 吃芹菜，降血压
- 74 一蒜能杀百菌
- 75 幸福之果——苹果
- 76 天然维生素——红枣
- 77 核桃可补肾健脑
- 78 食物营养素含量之最

六、救治编

- 80 食物中毒的报告
- 81 食物中毒的应急处置
- 82 控制食物中毒爆发的三项措施

- 83 区分食物中毒与普通肠炎
- 84 警惕夏秋季节食物中毒高发期
- 85 食物中毒救治“十字方针”
- 86 细菌性食物中毒的急救要点
- 87 毒蘑菇中毒急救要点
- 88 酒精中毒急救要点
- 89 鱼胆中毒急救要点
- 90 河豚鱼中毒急救要点
- 91 腌制食品及亚硝酸盐中毒急救要点
- 92 含氰贰果仁中毒急救要点
- 93 变质甘蔗中毒急救要点
- 94 发芽马铃薯中毒急救要点

概述编





“QS” 标志

“QS”是英文Quality safety（质量安全）的缩写，是我国实施的食品质量安全市场准入制度。它包括：

（1）对食品生产企业实施生产许可证制度。对于具备基本生产条件，能够保证食品质量安全的企业，发放《食品生产许可证》。（2）对企业生产的食品实施强制检验制度，未经检验或检验不

合格的食物不准出厂销售。（3）对实施食品生产许可制度的产品实行市场准入标志制度，对检验合格的食物要加印（贴）市场准入标志——“QS”标证。

我国从2004年1月1日开始分期分批实施食品质量安全市场准入制度，凡贴有“QS”标志的，就是符合质量安全基本要求的食物。



无公害食品

按照产地环境、生产过程和产品质量符合国家有关标准和规范要求，经认证合格获得认证证书并允许使用无公害农产品标志的未经加工或者初加工的食用农产品。是政府为保证广大人民群众饮食健康的一道基本安全线。

无公害食品证书有效期为三年。





绿色食品

遵循可持续发展原则，按照特定生产方式生产，经专门机构认定，许可使用绿色食品标志商标的无污染的安全、优质、营养类食品。通过产前、产中、产后的全程技术标准和环境、产品一体化的跟踪监测，严格限制化学物质的使用，保障食品和环境的安全，促进可持

续发展，是介于无公害食品标准和有机食品标准之间的一种安全标准。

绿色食品证书有效期为三年。



绿色食品
GreenFood

